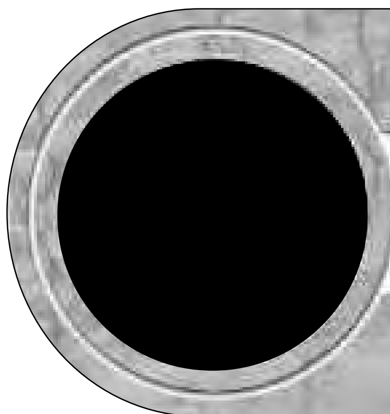


LAS DROGAS Y OTROS HÁBITOS NEGATIVOS

¡Aprende a disfrutar de la vida!

Para el sábado 12 de marzo de 2011

1 PREPARACIÓN

A. LA FUENTE

1 Corintios 6: 19, 20 • «¿No saben ustedes que su cuerpo es templo del Espíritu Santo que Dios les ha dado, y que el Espíritu Santo vive en ustedes? Ustedes no son sus propios dueños, porque Dios los ha comprado. Por eso deben honrar a Dios en el cuerpo».

(Para citas adicionales, véase la *Guía del alumno*).

B. ¿QUÉ DEBEMOS DECIR DE «LAS DROGAS Y OTROS HÁBITOS NEGATIVOS»?

Desafortunadamente, en este mundo hay cada vez más hábitos perjudiciales que los adolescentes pueden adquirir desde temprana edad. Cuando eran pequeños, sus padres podían cerrarles la puerta para alejarlos de posibles situaciones peligrosas para las que no estaban preparados, pero ahora que son mayores, es bastante más difícil mantenerlos alejados de los peligros, ya que estos pueden entrar a nuestro hogar por medio de la computadora o la televisión. En vista de esta circunstancia, lo mejor que pueden hacer los adultos es dar a sus hijos las herramientas necesarias para decidir con respecto a las diversas opciones que existen. Entre esas herramientas, podemos nombrar el amor, la disciplina, la base para la toma de decisiones, las actividades que elevan, las oportunidades de crecimiento, el ejemplo de un comportamiento apropiado, las oportunidades de expresarse, la información sobre los peligros de algunas prácticas, y la disposición a ayudar y perdonar si en algún momento caen en alguna tentación.

C. ¿QUÉ BUSCAMOS CON LA LECCIÓN «LAS DROGAS Y OTROS HÁBITOS NEGATIVOS»?

Como resultado de esta lección, nos gustaría que los jóvenes sean capaces de:

1. Saber que el consumo de tabaco, alcohol y de otras sustancias, así como las relaciones sexuales antes del matrimonio, son comportamientos inapropiados para los agentes del reino de Dios.
2. Saber que aunque hay sustancias que no deberían usarse jamás o actividades que no tienen que ser practicadas, existen otras que, aunque puedan usarse con moderación, igualmente pueden llegar a ser muy destructivas para la vida espiritual.
3. Tomar la decisión de evitar los comportamientos destructivos.

D. MATERIALES NECESARIOS

Inicio • (Actividad A) una jarra bonita u otro tipo de envase, una jarra de té sencilla, jugo o agua, un vaso o cucharón, una cucharadita de arena,

barro o tierra; (Actividad B) varios rollos de papel higiénico o varios metros de cuerda o, en su defecto, trapos o bufandas largos.

Conexión • Biblias, guías del alumno.

Práctica • Varias pilas de tarjetas tipo ficha u hojas de papel; lápices, una cuerda, una engrapadora.

2 INTRODUCCIÓN

A. ¿DÓNDE ESTÁBAMOS?

Dediquemos diez minutos, mientras los alumnos van llegando, para:

1. Preguntar qué versículo escogieron de la parte del día miércoles. Darles la oportunidad de decir sus versículos de memoria.
2. Dar la oportunidad a los estudiantes de «citarse» a sí mismos, usando lo que escribieron en la parte del día lunes de la lección. No olvidemos preguntar si encontraron alguna cita que no reflejara el espíritu cristiano. Sin embargo, tenemos que recordarles que este tipo de citas no está presente en todas las lecciones.
3. Revisemos las respuestas que ellos y otros jóvenes dieron sobre el escenario hipotético del domingo. Analicemos la variedad de respuestas, y terminemos con los pensamientos de la sección «Qué debemos decir [...]» de la lección de maestros de la semana anterior.

Si el grupo es grande, pidamos a algunos adultos que nos ayuden a desarrollar esta sección con grupos más pequeños.

B. OTROS ELEMENTOS DE LA ESCUELA SABÁTICA

>> Servicio de canto.
>> Énfasis misionero: Busquemos el enlace misionero para adolescentes en www.realtimefaith.net [en inglés].
>> Informes de proyectos de servicio.

3 INICIO

NOTA PARA LOS MAESTROS: Organicemos nuestro propio programa extrayendo opiniones de las categorías mencionadas más abajo (Inicio, Conexión, Práctica y Conclusión). No olvidemos, sin embargo, que es necesario que los estudiantes tengan la oportunidad de ser interactivos (participar activamente entre sí) y de estudiar directamente de la Palabra. En su debido momento comenzaremos con el estudio de la lección de la semana.

A. ACTIVIDAD INICIAL

Preparémonos • Tengamos a la mano una jarra u otro tipo de envase que sea atractivo, otra jarra u envase convencional que tenga jugo o agua, un vaso o un cucharón, y una cucharadita de arena, barro o tierra.

Alistémonos • Enseñémosle la jarra o envase al grupo. Hablemos de su belleza, su valor, etcétera. Expliquemos su uso.

Iniciemos la actividad • s el líquido en ella.

Preguntemos: ¿Les gustaría probar un poco? Echemos un poco en un vaso y dejemos que un alumno tome un trago o dos.

Preguntemos: ¿Cómo estaba? ¿Te gustó? Añadamos una cucharadita de arena, barro o tierra (o cualquier otra sustancia desagradable) a la bebida en el contenedor atractivo y ofrezcamos al mismo alumno un poco más de la bebida. Hagamos énfasis en lo buena que está la bebida, y que a pesar del poquito de arena o barro que contiene, tiene otros ingredientes que la hacen deliciosa. El alumno seguramente rechazará beberla. Si alguien se atreve a probarla, detengámoslo antes de que lo haga.

Analicemos • Preguntemos: ¿Por qué no quieres seguir bebiendo? (Porque está sucia. No es sano). **¿Por qué una cantidad tan pequeña de arena puede hacer una diferencia tan grande?** (Porque la bebida deja de ser pura. No se necesita mucho para dañarla).

Presentemos las siguientes ideas con nuestras propias palabras.

Como agentes del reino, es nuestro deber mantenernos puros para Dios. No podemos contaminarnos con cosas como el tabaco, el alcohol, las drogas o las relaciones sexuales prematrimoniales. De la misma manera en que rechazamos beber algo que contenga un ingrediente impuro, por más acciones buenas que podamos hacer, no tenemos que permitir cosas impuras en nuestra vida. Incluso acciones tales como ver mucha televisión o ver programas indebidos, o pasar demasiado tiempo jugando videojuegos, pueden contaminarnos si no somos cuidadosos. **Santiago 1: 27** dice: «La religión pura y sin mancha delante de Dios el Padre es esta: […] no mancharse con la maldad del mundo». —*Adaptado del sitio de Internet de Source of Youth Ministry* [Ministerio Fuente de Juventud] *http://www.thesource4ym.com*

B. ACTIVIDAD INICIAL

Preparémonos • Necesitaremos varios rollos de papel higiénico o varios metros de cuerda, o varios trapos o bufandas largos.

Alistémonos • Invitemos a uno de nuestros alumnos a que pase al frente del salón y anunciémosle que lo vamos a amarrar.

Iniciemos la actividad • Pidamos a otros alumnos que tomen los rollos de papel higiénico, las cuerdas, o los trapos y las bufandas, y que los enrollen de manera segura alrededor del primer alumno. Pidamos seguidamente al alumno que está amarrado que trate de liberarse por sí solo.

Analicemos • Preguntemos: ¿Por qué a [nombre del alumno] se le hizo tan difícil liberarse? (Había varias capas. Estaba apretado). **¿Cómo te sentiste cuando te estaban amarrando?** (Asustado. Me pareció divertido. No podía caminar o moverme). **¿Qué sentiste cuando te diste cuenta de que era difícil liberarse?** (Atrapado. Con claustrofobia. Impotente).

Digamos: Los hábitos destructivos como el tabaquismo, el alcohol, las drogas o tener sexo antes del matrimonio pueden atraparnos. Al principio estas cosas pueden parecer agradables o divertidas, pero después de un tiempo pueden inhabilitarnos y esclavizarnos. Incluso cosas como ver mucha televisión o pasar mucho tiempo con los videojuegos pueden atraparnos, como veremos en la lección de hoy. —*Adaptado del sitio de Internet de Source of Youth Ministry* [Ministerio Fuente de Juventud] *http://www.thesource4ym.com*

C. ILUSTRACIÓN INICIAL

Leamos la siguiente historia. A José le encantaban blugar. Y es que blugar lo hacía sentir muy bien. Mientras más blugaba, más quería blugar. Pero cada vez necesitaba blugar más para sentirse bien, al punto que llegó un momento en que estaba blugando todo el tiempo. Prefería blugar que comer, dormir, o estar con sus amigos. Él trató de que sus amigos blugaran, pero como finalmente no quisieron, siguió blugando solo. Cuando fue a comprar más blugra, conoció a otras personas que también estaban interesados en blugar. Pensó entonces que estos podrían ser sus nuevos amigos, pero al poco tiempo se dio cuenta de que a ellos solo les interesaba su propio blugueo. Lo que querían era usar la blugra de José. Cuando esta se acabó, sus nuevos «amigos» no quisieron compartir su blugra con él. Después de un tiempo, blugar ya no era tan bueno ni tan divertido como antes. De hecho, José ya no sentía nada al hacerlo. Pero José se sentía peor si no blugaba. Y la verdad, ahora no tenía otra cosa que hacer aparte de blugar. Ya había perdido a sus amigos, se sentía enfermo, y tenía un aspecto y un olor terribles. Él quería dejar de blugar, pero no sabía cómo hacerlo.

Analicemos • Preguntemos: ¿Alguna vez ustedes han blugado? (Los alumnos pensarán que se trata de algo parecido a usar alcohol, tabaco u otras drogas). Si preguntan qué es eso, **preguntemos: ¿Qué creen ustedes que significa?** Reflexionemos en sus respuestas.

Animémoslos a pensar en cosas menos graves y que aparentemente sean más inofensivas, como por ejemplo ver televisión, jugar a los videojuegos o navegar demasiado por Internet. Preguntemos: **¿Les parece que todos los que bluguean terminan como José?** (Es posible. No necesariamente). ¿Por qué sí o por qué no? (No todo el mundo lleva un hábito a los extremos. Algunas personas saben cuándo es momento de detenerse. Algunos tienen bien claro que no deben intentar hacer cosas que puedan hacerles daño). **Pregunta: ¿Qué consejo le daríamos a José para que abandonara el vicio?** (Que hable con un adulto. Que busque un amigo que lo escuche. Que ore. Que busque ocuparse de otras cosas). **Digamos: Hoy vamos a hablar sobre el blugueo y sobre otras cosas que también son dañinas, ya sea se practiquen solo un poco, o se practiquen en el momento equivocado de la vida.**

4 CONEXIÓN

A. LA CONEXIÓN CON EL REINO

Presentemos las siguientes ideas con nuestras propias palabras:
La vida pone delante de nosotros muchas cosas que escoger, pero ser agentes del reino hace que este proceso resulte mucho más fácil. Como agentes del reino sabemos que no tenemos que comprometernos con ninguna clase de hábito destructivo tal como el tabaco, el alcohol, las drogas o la práctica de relaciones sexuales prematrimoniales. Quizás algunos dirán: «Pero yo nunca voy a hacer eso». Es probable que así sea, pero bien podemos desarrollar otros hábitos que pueden ser igualmente destructivos. Ver demasiada televisión y los programas equivocados, visitar páginas inadecuadas en Internet, jugar videojuegos durante horas sin parar o actuar de manera egoísta, son todos ejemplos de comportamiento destructivo. Estas cosas no dañan tanto nuestro cuerpo como nuestra mente (aunque podríamos hacernos daño repitiendo una y otra vez un mismo movimiento, como ocurre en el caso de los videojuegos). De hecho, afectan a nuestro espíritu. Ciertamente pueden enturbiar nuestra conexión con Dios y, sin una relación saludable con el Señor, ¿cómo podríamos considerarnos sus agentes?

B. LA CONEXIÓN CON LA ILUSTRACIÓN DE LA LECCIÓN

Pidamos a alguien con anterioridad que lea o narre la sección correspondiente al día sábado en la lección.

Preguntemos: ¿Cuál era el problema de David? (Aislamiento. Poco interés. Falta de Dios en su vida). **¿Quién ayudó a contribuir al problema?** (Sus padres, por dejar que se la pasara encerrado en su habitación. Sus hermanos, por no estar pendientes de él. Sus compañeros de dormitorio y sus profesores. David mismo). **Si nosotros fuéramos como David, ¿qué nos gustaría que alguien nos dijera o hiciera por nosotros?** (¿Cómo estás? ¿Te gustaría hacer algo conmigo? Me gustaría que alguien hablara con un adulto sobre mi problema). **¿Qué le diríamos o cómo actuaríamos con David si lo conociéramos?** (Tienes que salir más. ¿Qué es lo que te ocurre? Invitarlo a salir e ir a verlo en su habitación para sacarlo de allí. Hablar con un adulto sobre él. Orar por él).

C. LA CONEXIÓN CON LA VIDA

Presentemos la siguiente situación:
Queremos participar en el equipo de fútbol, pero estamos totalmente fuera de forma porque nos estábamos recuperando de una enfermedad. Ahora nos sentimos completamente bien, pero no somos tan fuertes como quisiéramos. Un amigo nos ofrece algo que «ayudará a acelerar el proceso». Cuando le pedimos más información, nuestro amigo dice que simplemente te lo tomas, y que los atletas más famosos lo usan.

Preguntemos: ¿Qué hacemos? Dejemos que respondan.

Presentemos las siguientes ideas con nuestras propias palabras:

Aunque tomar algo «para acelerar el proceso» puede sonar interesante al principio, si nos ponemos a ver, existen suficientes razones para decir que no. Primeramente, es hacer trampa. La mayoría de las drogas para potenciar el rendimiento de los atletas son ilegales. En segundo lugar: algunas de estas sustancias, que a veces vienen en forma de pastillas, polvo, líquido, e incluso inyectables, pueden no ser lo que ese supuesto amigo afirma que son. Por el contrario, pueden llegar a ser muy peligrosas. Tomar el camino rápido y fácil podría ser tomar el camino de la muerte. Como agentes del reino sabemos que el camino fácil rara vez es el mejor camino.

Los métodos de curación de Dios (la buena nutrición, el ejercicio, el agua, la luz solar, la temperancia, el aire puro, el descanso y la confianza en Dios) son las únicas maneras positivas de asegurarnos de que lo estamos honrando por medio de nuestro cuerpo.

5 PRÁCTICA

A. ACTIVIDAD PRÁCTICA

Pidamos a los alumnos que se organicen en equipos de cuatro personas, y entreguemos a cada equipo una pila de tarjetas o de papel, un lápiz y una tira de cinta adhesiva de 1.80 metros de largo (si no tenemos cinta adhesiva podemos usar una cuerda, o trapos largos o bufandas).

Digamos: Me gustaría que cada equipo hiciera una «cadena» de cosas peligrosas que podrían hacerles daño a ustedes o a los demás. Hagamos la cadena nombrando la mayor cantidad de cosas posibles en las tarjetas, una por cada tarjeta. A continuación, peguen las tarjetas a la cinta adhesiva, de manera que creen una cadena de tarjetas. Ganará el equipo que tenga la cadena más larga. ¿Listos? ¡Adelante!

Después de dos minutos pidamos a los equipos que sostengan sus cadenas y que lean los riesgos en los que pensaron. Determinemos entonces qué equipo tuvo mayor cantidad de riesgos.

Analicemos • Preguntemos: ¿Qué parecidos encuentran en los riesgos que escribieron en sus cadenas? ¿Qué diferencias hay? ¿Qué es lo que hace que parezca atractivo el hecho de tomar riesgos? ¿Qué riesgos están más dispuestos a tomar? Expliquen. ¿Cuál es el riesgo más peligroso que alguna vez se han sentido tentados a afrontar? ¿Lo asumieron? ¿Por qué sí o por qué no?

Pidamos a cada equipo que enrolle a uno de sus miembros con la cadena de tarjetas (tengamos cinta extra disponible en caso de que los equipos la necesiten).

Compartamos las siguientes ideas con nuestras propias palabras:
Cuando alguien nos desafía a hacer una cosa, por lo general nos gusta aceptar el reto. Pero así como ustedes están atrapados por una cadena de riesgos de papel ahora, la experimentación con elementos tales como la bebida, las drogas, el cigarrillo o el sexo antes del matrimonio también puede atraparnos. Quizá no entendamos cómo pueden atraparnos estas cosas hasta que nuestra vida se torne un desastre, y esa es precisamente la manera en que Satanás quiere que sea. Él tiene un plan para nuestra vida y, sin que nosotros lo sepamos, puede inducirnos a hacer cosas que nos hacen daño. Como agentes del reino, tenemos que seguir a Dios y resistir a Satanás. **Santiago 4: 7, 8** dice: «Sométanse, pues, a Dios. Resistan al diablo, y este huirá de ustedes. Acérquense a Dios, y él se acercará a ustedes».
—*Extraído de* Core Belief Study Series*: The Truth About Evil. Group Publishing, Inc. Usado con permiso.*

B. PREGUNTAS PRÁCTICAS

1. ¿Existen cosas que no sean ni buenas ni malas? ¿Por qué sí o por qué no? ¿Qué cuidado es necesario que tengamos con una cosa que no es ni buena ni mala?
2. Nombremos cinco maneras de resistir a alguien que esté tratando de que hagamos

algo que sabemos que no está bien, como por ejemplo fumar, beber alcohol, consumir drogas, experimentar con el sexo o visitar sitios inapropiados en Internet.

3. ¿Qué otros hábitos y prácticas podrían representar un peligro para nosotros como agentes del reino?
4. ¿Es correcto hacer algunas cosas solo un poco? ¿Por qué sí o por qué no?
5. ¿Qué le diríamos a un amigo que está luchando contra hábitos peligrosos y destructivos?
6. ¿De qué maneras podemos evitar involucrarnos en hábitos destructivos o que nos consumen el tiempo?

6 CONCLUSIÓN

RESUMEN

Concluyamos la clase con las siguientes ideas, expresadas con nuestras propias palabras:

Pidamos a los alumnos que rompan las tarjetas que usaron en la Actividad Práctica y que las metan en una bolsa que será tirada a la basura. Hagamos que oren juntos para que Dios abra sus ojos a las tácticas de Satanás y para que tomen decisiones correctas en sus vidas. Cerremos la clase con una oración de dedicación de los alumnos.